



总第11975号 国内统一刊号:CN33—0018
邮发代号:31—2 热线电话/传真:(0571)88852349
电子版:www.zjgrrb.com
E-mail:alan0104@163.com
地址:杭州市学院路107号楼718室 邮编:310012

63774人漏夜完成核酸检测 结果均为阴性

省卫健委发出重要提醒:有过相关接触史或行程轨迹有交集人员, 立即主动配合做好核酸检测、集中隔离医学观察等疫情防控措施

本报讯 记者程雪报道 11月25日,上海报告3例新冠肺炎本土确诊病例。该疫情涉及2名来杭返杭密切接触者均于11月25日诊断为无症状感染者。流调显示两人在杭活动轨迹如下:无症状感染者1:现住址为杭州市西湖区蒋村街道河滨之城雨澜轩,为浙大艺术与考古博物馆工作人员。11月19日晚,出差离杭。11月22日,与无症状感染者2两人乘坐D931次(01车厢08B、08D)于20时54分抵达杭州东站。20时58分乘地铁4号线从杭州东站到彭埠站,21时02分换乘地铁1号线到打铁关站,21时12分换乘地铁5号线至蒋村站,出站时间21时43分,后步行

回到河滨之城雨澜轩家中。11月23日,8时出门步行到蒋墩路浙大艺术与考古博物馆上班。18时从单位出发步行至西溪龙湖天街左庭右院餐厅就餐,19时30分结束用餐后步行回家。11月24日,8时出门步行到单位上班,18时下班步行回家。11月25日,至隔离前未外出。无症状感染者2:来杭后与无症状感染者1同住。11月23日,16时40分下楼至雨澜轩北门外取快递,其余时间无外出。11月24日,14时18分下楼至雨澜轩北门外取快递,其余时间无外出。11月25日,至隔离前未外出。在通报杭州2例无症状感染者后,杭州市加快推进流调溯源、排查管控、核

酸检测等工作。截至26日9时30分,共排查密接767人,次密接299人,均已落实集中隔离,核酸检测结果均为阴性。排查管控其他风险人员31317人,核酸检测结果均为阴性,对离开杭州的199人已发协查函。对感染者所住小区、工作场所及周边区域人群连夜开展了核酸检测,共采样63774人,核酸检测结果均为阴性。省卫健委发出重要提醒:请与上述2名无症状感染者有过接触史或行程轨迹有交集的人员,做好个人防护,立即主动与所在社区(村)、单位、住宿宾馆联系,不要外出,根据要求主动配合做好核酸检测、集中隔离医学观察等疫情防控措施。

请广大群众始终绷紧疫情防控这根弦,克服麻痹思想、侥幸心理,继续坚持测温、亮码、戴口罩等常态化防控措施,勤洗手、多通风、不聚集、保持社交距离;如出现发热或呼吸道症状应及时到设置发热门诊(发热诊室)的医疗机构就诊,如实告知流行病学史和活动轨迹。积极接种新冠病毒疫苗,尚未接种疫苗的群众,请尽快到居住地附近的新冠疫苗接种点接种疫苗。目前我省已开展新冠病毒疫苗加强免疫接种,接种过2剂次新冠病毒灭活疫苗或1剂次腺病毒载体新冠疫苗满6个月的18岁及以上的普通群众可前往接种点免费接种加强针次疫苗。

对待家人的态度 是一个人 最真实的人品

■拾一

01

上周同学聚会,阿伟一开始获得了在场老同学的一致好评。听说他毕业后当了小老板赚了钱,在一群老同学里显得格外热情又贴心。他张罗着给大家点餐,每个人的喜好和忌口都仔细询问,聊起近况来也是彬彬有礼,还能贴心地为我们几个女生挡酒,亲切又不失礼貌。但是中间他接了一个电话,把在场的人都吓了一跳。一开始还好好的,但没说几句他便大吼起来:“你这个人怎么这么烦啊”“什么时候我办事情还得通知你了”……那是他妻子打来的电话。怒气冲冲地挂了电话后,阿伟又笑嘻嘻地转向我们敬酒寒暄,气氛一度很尴尬。老同学告诉我:阿伟表面风光,但这几年生意不景气,他对家人的态度也是越来越差。平时他也没少联系老同学,但是每次大家看到他对待家人的这番态度后都避而远之。曾经看过这样一句话:对待外人和陌生人的彬彬有礼,有可能只是一种处世的圆滑与世故;而将好情绪留给身边最亲近的人,才是深入骨髓的教养。对待家人的态度,是一个人最真实的人品。如果对待家人态度不好,不仅会影响别人对他的看法,还会将这情绪反作用在自己身上,影响到事业和运气。

02

看过这样一个小故事:有一个小男孩总爱发脾气。父亲就跟他说道:“当你想发脾气的时候,就用铁锤在栅栏上钉一颗钉子。才第一天,小男孩就钉了三十几颗钉子。后面几天,小男孩试着控制自己的情绪,栅栏上钉钉子的数目开始逐渐减少了。看见儿子的转变,父亲说:“以后,如果你能坚持一整天不生气的话,就从栅栏里拔出一颗钉子。”不久后,小男孩把钉子全部都拔掉了。父亲语重心长地对他说:“你看,虽然钉子已经拔出来了,但是这栅栏上留下了那么多小孔。当你向别人发脾气的时候,你的言语就像这些钉子一样,会在别人的心上留下疤痕。无论你说多少次对不起,那疤痕都在。”我们或多或少都会和这个小男孩犯同样的错误。对待家人,我们经常控制不住自己的情绪,对他们发脾气,说一些伤人的话。事后我们又会后悔,不肯拉下脸道歉,以为事情就会慢慢过去。我们之所以能肆意对家人发脾气,是因为我们潜意识里认定家人永远可以包容自己。可是,一旦造成了伤害,伤口永远留了下来,再多的弥补可能都无济于事。人和人的关系出现裂缝,往往都是从坏情绪开始的。不要因为熟悉,而去放肆;不要因为亲近,而去伤害。

03

每个人都很辛苦,但不爱你的人乱发脾气是最基本的责任。我们常常不自觉地把自己在外面受到的劳累、辛苦、怨气带回家,但是我们都忘了,家人也在努力生活着,他们并没有比你轻松多少。况且,当我们把负面情绪发泄在家人身上之后,我们所遭受的不顺并不会有任何的改善。不管外面的世界多么光怪陆离,家应该是那片可以治愈你的净土。想起一位老友多年来无法放下的一桩心事:某年回家,因为一件小事和父亲拌嘴了几句,他赌气,没说一声再见就离开了家。一周后,父亲意外去世,他们连最后一面都没能见到。到了再也不会再见的时候,才在后悔和眼泪中明白:还能在一起时,所有的时间都不该用来生闷气、闹情绪,而应该用来好好相处。这世上,只有家人能够不求回报、毫无保留地爱着我们。对待家人,多怀一份感恩之心,多怀一份体谅之情吧。能好好说话的时候就好好说话,能不计较的时候就不要耿耿于怀。愿我们都能把最好的一面呈现给家人。因为,他们最值得。



4年送出近3万个面包,相互信任让这件事坚持了4年 善意和温暖在这里发生……

■记者张浩呈 文/摄

一场雨,让店里原本最热闹的时刻一下子变得冷清。吴焕丹回头看了一眼货架上的面包和蛋糕,然后笑着说:“你看,这场雨谁也无法预料,算得再准,面包还是会卖不完。”这些没卖出去的面包,不出意外,第二天将被放置在店门口的“尚小哥格子铺”里,进店的人,只要有需要都可以免费拿。吴焕丹算了算,4年时间下来,她已经免费送出了将近3万个面包。让吴焕丹意想不到的,原本只是避免浪费的做法,却让善意和温暖在这个小店生发,她和越来越多人成为了朋友,也有越来越多的我愿意来这里。这里成为很多人温暖的落脚点。



吴焕丹和丈夫金扬帆认真经营着店,也认真经营着人间善意、温暖。

见不得浪费

每天总有一些没卖出去的面包,这些要怎么处理?”当然,剩下的面包,最省事的处理方法是直接扔掉。但吴焕丹心里过不去,觉得这样太浪费了。有一天,她把心里的烦恼和住在附近小区里相熟的顾客“刘叔”讲了。基于相互信任,“刘叔”决定帮帮吴焕丹。后来每天早上,“刘叔”会早早来取前晚卖剩下的面包,有的分给晨练一起打太极的朋友,打完太极当早餐吃;有的送给凌晨起床摆摊的摊贩;有的拿给家里条件比较困难的家政阿姨……

不过,“刘叔”的社交圈也比较有限,

时间一长,每天剩下的面包又“无处可去”了。后来,在一年夏天,在提供免费茶水的过程中,细心的吴焕丹发现,来喝水的大多是满头大汗的“快递小哥”和送外卖小哥,喝水后,他们又继续马不停蹄出发了。能不能给“小哥们”提供一些面包和必需品?在九堡街道支持下,吴焕丹在店门口设立了“尚小哥格子铺”,把前一天卖剩下的面包放在里面,送给有需要的人。吴焕丹说,面包店每天都有很多“快递小哥”“外卖小哥”进进出出,在他们送货、送餐或者等餐时,她都会多问一句,“吃饭了没?这里的面包可以免费吃

的。”吴焕丹听到最多的回应是:“真的吗?真的可以免费吃吗?”得到反复肯定后,他们才会小心翼翼拿起面包。“有一次很搞笑,我把面包送给‘外卖小哥’,结果他把面包直接送给了客户,令客户十分惊喜。”把面包分给陌生人,有人欣然接受,但不理解和质疑常常存在。吴焕丹理解他们的想法。“做这件事本身是基于双方的信任,是信任才让这件事坚持了4年。”吴焕丹说,但凡有一个人,因为这件事来找我们麻烦,我们可能早就不做了。

理想中的小店

店里的客人一起分享自己喜欢的书籍。在金扬帆看来,这是他理想中小店的样子。“店里的空间既能让自己放松,又能让顾客愿意来。”吴焕丹和丈夫金扬帆都是温州人。2013年,因为金扬帆想在杭州发展,夫妻二人便带着孩子在杭州乔司落下了脚。“上课记”是他们开的第二家面包店,第一家面包店开在当时他们居住的小区楼下。当时想开店纯粹是为了生计,不是因为热爱。”吴焕丹说得很直白,“当时我

温暖的落脚点

互补,“他主要考虑店铺整体协调性,琢磨如何精准抓住客户群体。”“作为开在社区里的店铺,我们要做的不仅仅是一家面包店,而是一个让居民们安心的驿站。”金扬帆说,“我们希望通过这家店,与顾客建立良好的联系,像朋友一样相处,而不仅仅是买东西卖东西这么简单。”“丹丹,能不能借用两张桌子?”“老板娘,我们搞活动,能不能帮我找一张托

吴焕丹的面包店名字叫“上课记”,2017年开业,店名是丈夫金扬帆取的。当时丈夫正在读王小妮的《上课记》,觉得里面的故事很温暖,便定下了这个名字。“作为烘焙行业新生,我们需要像学生一样不断学习,在‘上课’中得到成长。”吴焕丹说,“上课”需要认真,认真是一种“笨”的办法,但对他们来说却是唯一行之有效的办法。“上课记”分为上、下两层,面积共有280平方米,一楼卖面包,二楼有一个书吧,还有过生日聚会空间。原本想承

吴焕丹和丈夫金扬帆性格完全不同。吴焕丹热情、开朗,见着谁都是熟人,脸上永远挂着笑容,天生是做生意的好手。丈夫金扬帆则完全相反,个性沉稳、内敛,有时候见着相熟的顾客,也说不上几句话。吴焕丹笑说,丈夫这种性格完全不适合做生意,但她从未要求他改变。“后来他也慢慢学着我的样子,跟客户说话,慢慢地沟通也就多起来。”在吴焕丹看来,她和丈夫性格正好可以形成